



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین

معاونت پژوهشی

دانشکده بهداشت

گزارش نهایی طرح تحقیقاتی

عنوان:

بررسی عوامل مرتبط با مصرف غذا های آماده در جوانان و نوجوانان شهر سنندج در سال ۹۲

استاد راهنما:

دکتر مریم جوادی

مجری / مجریان

فؤاد علیمرادی

بهار ۹۲

۱-۱-۱ چکیده

مقدمه: مصرف غذاهای آماده توسط دانش آموزان در سال های اخیر رو به افزایش بوده و این افزایش مصرف یکی از علایم خطر ابتلا به بیماری های مزمن در سنین بزرگسالی است. اما مصرف بی رویه این غذاها و عدم تعادل در دریافت انرژی احتمال ابتلاء به دیابت، چاقی و سایر بیماریهای خطرناک را افزایش می دهد. غذا های آماده اغلب پر کالری و با درصد بالایی از روغن های اشباع، اسید های چرب ترانس و سدیم بوده و مقدار فیبر غذایی، کلسیم و آهن آنها پایین است، از این رو برای سلامتی مضر هستند و برخی مطالعات از رابطه مثبت بین مصرف غذاهای آماده و افزایش وزن و چاقی حکایت می کنند. در این مطالعه به بررسی عوامل مرتبط با مصرف غذاهای آماده در نوجوانان شهر سمنان پرداخته شد.

روش کار: در این مطالعه مقطعی ۵۵۳ دانش آموز شاغل به تحصیل در دبیرستان های شهر سنندج به صورت تصادفی انتخاب شدند. ۵ دبیرستان به صورت تصادفی از نواحی ۱ و ۲ آموزش و پرورش شهر سنندج انتخاب گردید. با توجه به مشابه بودن تعداد جمعیت هر مدرسه حدود ۵۵ نفر از هر مدرسه به طور اتفاقی انتخاب شد. اطلاعات لازم توسط پرسشنامه ای روا و پایا جمع آوری گردید. پرسشنامه توسط محقق و همکاران آموزش دیده در ساعات آزاد دانش آموزان به روش مصاحبه و تن سنجی تکمیل شد. ابتدا با توزیع پرسشنامه بین دانش آموزان به روش مصاحبه توضیحاتی راجع به چگونگی تکمیل آن به آنها داده شد. اطلاعات با استفاده از آزمون های آماری کای دو، تی استیودنت و رگرسیون لجستیک توسط نرم افزار SPSS ویرایش ۱۶ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

نتایج: ۵۱/۷ درصد (۲۸۶ نفر) از دانش آموزان پسر و ۴۸/۳ درصد (۲۶۸ نفر) هم دختر بودند. میانگین سن در هر دو جنس ۱/۲۲ ± ۱۶/۲۴ سال محاسبه شد. ۵۲٪ از پدران دانش آموزان کارمند و ۴۸٪ شغل آزاد داشتند. ۷۱/۷٪ مادران خانه دار و ۲۸/۳٪ مادران شاغل بودند. ۴۵/۸٪ از پدران و ۳۱/۱٪ مادران تحصیلات دانشگاهی و ۵۴/۲٪ پدران و ۶۸/۹٪ مادران تحصیلات غیر دانشگاهی داشتند. نتایج نشان داد ۶۹/۸ درصد از افراد حداقل یک بار در هفته غذا های آماده مصرف می کنند. نوع غذای آماده مصرفی در دو جنس با هم متفاوت بود ($P < 0.001$). ۴۰٪ (۲۲۱ نفر) از دانش آموزان، گروه ساندویچ ها را به عنوان غذای آماده مصرفی خود عنوان کرده اند. البته این ارقام در دو جنس متفاوت بود. ۲۶/۴٪ (۱۴۶ نفر) علاقه زیاد و ۵۲٪ (۲۸۷ نفر) علاقه متوسطی به مصرف غذاهای آماده داشتند. ۲۱/۶٪ (۱۱۹ نفر) هم علاقه کم یا اصلا علاقه ای به مصرف غذا های آماده نداشتند.

نتیجه‌گیری: مصرف غذاهای آماده در نوجوانان بالاست هر چند تکرار مصرف در این مطالعه نسبت به مطالعات مشابه کمتر بود. مصرف انواع ساندویچ ها و پیتزها در نوجوانان پسر و دختر رو به افزایش بوده و باید مورد توجه قرار گیرد. گرایش سایر اعضای خانواده به مصرف غذاهای آماده در تمایل نوجوانان به مصرف این گونه غذاها نقش مهمی دارد و این افزایش مصرف غذاهای آماده باعث کاهش مصرف مواد غذایی مفید از جمله منابع مختلف فیبر می شود.

کلمات کلیدی : غذای آماده، چاقی، بیماری